



نوشیدن چندین لیوان شیر و مایعات دیگر



مصرف میوه و سبزی های تازه



بعضی مواد غذایی از جمله ادویه و سیر ممکن است

طعم نامطبوعی به شیر دهد و امکان دارد نوزاد در این



حال تمایل به خوردن شیر را نشان ندهد.

مصرف گوشت و ماهی و مرغ (بدون چربی)

هرم مصرف مواد غذایی



واحد آموزش سلامت
بیمارستان شهدا بندر لنگه